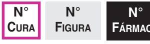
TEXTO DE DEVOLUCIÓN




N° Cura | N° Figura | N° Fármaco

2 PREVENCIÓN: NOCIONES GENERALES

2/1 – PRECAUCIONES A TOMAR SEGÚN LAS CONDICIONES LOCALES

Antes de partir de viaje es importante informarse sobre:
- las condiciones climáticas,
- las condiciones de hábitat,
- los riesgos de infección y parasitarios,
- el entorno médico local.
  - Si existe una patología ya antes de la partida, debemos informarnos sobre las posibilidades locales de tratamiento (direcciones, competencia, fiabilidad) para poder actuar de la mejor manera posible en caso de que se presenten complicaciones una vez hayamos llegado.
  - En los países en vías de desarrollo, las estructuras médicas locales deben ser consideradas únicamente como soluciones de espera antes de la evacuación, excepto en caso de extrema urgencia (intervenciones quirúrgicas).

Información:
En la web del Ministerio de Asuntos Exteriores http://www.mae.es puede uno informarse de las condiciones sanitarias de cada país, así como de la dirección de los consulados y embajadas. Es recomendable contratar un seguro con una Compañía de Asistencia en Viaje y tener claro el procedimiento de asistencia, las coberturas contratadas y la forma de reembolso de los gastos generados.

2/2 – PRECAUCIONES PERSONALES A CONSIDERAR SEGÚN:

a) Los antecedentes (ver cap. 2, nº 900 y siguientes)

- Trastornos crónicos mal estabilizados, en particular los de origen:
  - ocular (glaucoma...),
  - cardiovascular (hipertensión, trastornos del ritmo cardiaco, angina de pecho...),
  - respiratorios (asma...),
  - hepáticos (hepatitis...),
  - renales (insuficiencia renal...),
  - endocrinológico (diabetes...),
  - inmunológico (VIH...),
  - neurológico (epilepsia...),
  - psicológico (psicosis...),
- Trastornos recientes:
  - infecciosos (infección actual...)
  - psicológicos (depresión, neurosis descompensada...),
- Embarazo (ver más adelante).

Todos estos antecedentes requieren de forma imperativa una consulta médica previa.

b) Edad

Tanto para los bebés como para las personas mayores, es aconsejable que el médico pueda evaluar los posibles riesgos del viaje y de la estancia (ver más adelante).

c) Duración de la estancia

Cuanto más larga sea la estancia, más importante puede ser la incidencia sobre los trastornos preexistentes.



MODO DE EMPLEO

INDICACIONES PRÁCTICAS

Este capítulo propone, por primera vez, una ayuda para la recopilación de los síntomas.

Esta recopilación representa la primera etapa de la consulta médica clásica cuando el médico interroga al enfermo y le pide que le explique los trastornos que sufre. En lugar de ser el médico el que, a distancia, realice la anamnesia del enfermo, hemos preferido dar la posibilidad, al enfermo y a los que le acompañan, de proceder directamente a realizar la recopilación de síntomas antes de llamar al médico.

La ventaja de este sistema es que permite preparar la consulta a distancia buscando antes todas las informaciones útiles. El conjunto de datos no contiene ningún término técnico, lo que facilita su lectura y su reconocimiento. Los esquemas asociados ayudan a situar la zona afectada sin que sea necesario referirse a los datos anatómicos.

Para informar al médico es suficiente con transmitirle los síntomas seleccionados que corresponden a los trastornos sentidos.

Si el médico también tiene en sus manos esta obra, la transmisión será todavía más fácil. Será suficiente con transmitir el código de cada uno de los síntomas presentados con su localización. E inversamente, el médico puede transmitir los códigos de síntomas sobre los que le gustaría obtener más precisión.

Este sistema simplifica enormemente la consulta a distancia, evitando las incomprensiones y los errores de interpretación asociados a la transmisión de sensaciones muchas veces difíciles de expresar. Los tiempos de comunicación también son mucho más breves que los que se producen con una consulta médica a distancia clásica.

Este capítulo presenta un repertorio de los principales síntomas que motivan la consulta a un médico.

Cada uno de los síntomas principales está indicado como título de cada página con un número específico a la izquierda (número par).

Debajo se indica el conjunto de síntomas complementarios que pueden estar asociados al síntoma principal, según el tipo de enfermedad. El objetivo perseguido aquí es el de indicar cuáles de ellos siente el paciente realmente.

Cada página puede contener hasta 24 síntomas complementarios. Cada uno de ellos lleva asociado un código de letra. La casilla blanca más a la izquierda sirve para marcar con un lápiz el síntoma registrado.

La casilla de la derecha puede indicar el número de otro síntoma que conviene explorar para reunir otras informaciones útiles para el diagnóstico médico.

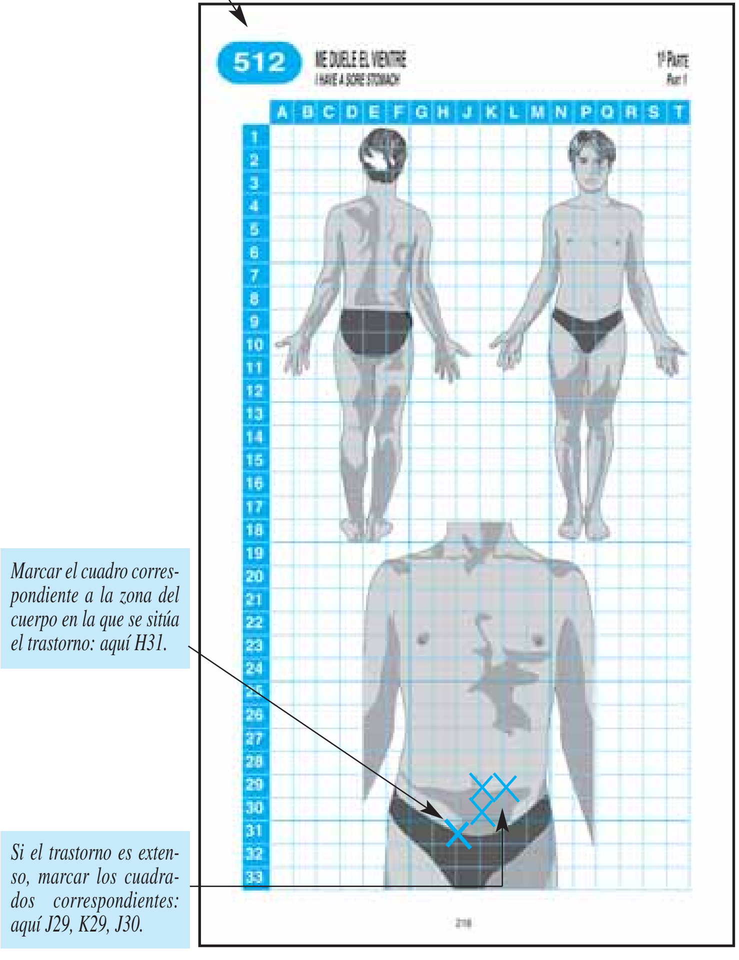
Finalmente, debajo de cada síntoma se indica su traducción en inglés, lo que permite informar a un médico local cuando se considere necesario.

Según los países visitados, existen otras ediciones disponibles con traducción en la lengua del país o en función de la lengua extranjera más corrientemente utilizada en la región del mundo visitada.

La página de la izquierda contiene un esquema de la totalidad o de una parte del cuerpo humano. La tabla numerada y superpuesta sobre cada uno de los esquemas permite identificar de forma precisa la localización de trastorno.

EJEMPLO

Número del síntoma principal: número par (si 2ª parte: número impar)

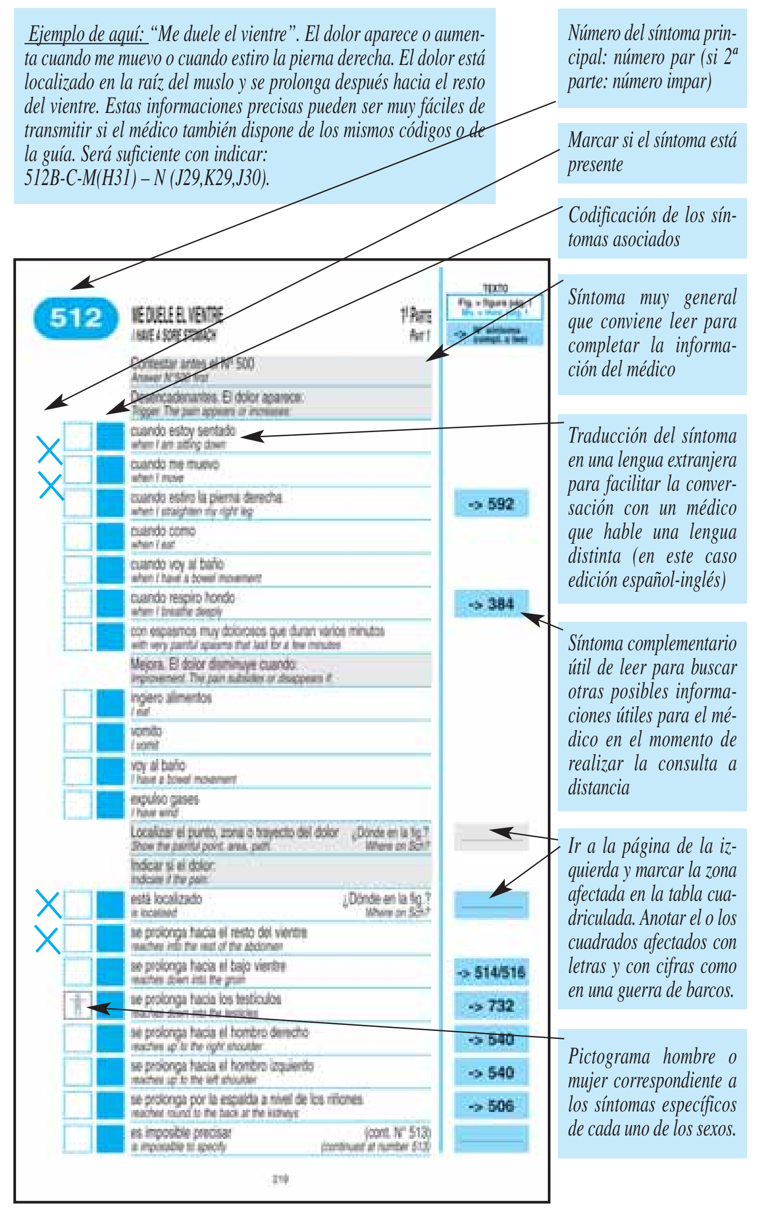


Marcar el cuadro correspondiente a la zona del cuerpo en la que se sitúa el trastorno: aquí H31.

Si el trastorno es extenso, marcar los cuadrados correspondientes: aquí J29, K29, J30.

MODO DE EMPLEO

EJEMPLO



Ejemplo de aquí: *“Me duele el vientre”. El dolor aparece o aumenta cuando me muevo o cuando estiro la pierna derecha. El dolor está localizado en la raíz del muslo y se prolonga después hacia el resto del vientre. Estas informaciones precisas pueden ser muy fáciles de transmitir si el médico también dispone de los mismos códigos o de la guía. Será suficiente con indicar:*
512B-C-M(H31) – N (J29,K29,J30).

Número del síntoma principal: número par (si 2ª parte: número impar)

Marcar si el síntoma está presente

Codificación de los síntomas asociados

Síntoma muy general que conviene leer para completar la información del médico

Traducción del síntoma en una lengua extranjera para facilitar la conversación con un médico que hable una lengua distinta (en este caso edición español-inglés)

Síntoma complementario útil de leer para buscar otras posibles informaciones útiles para el médico en el momento de realizar la consulta a distancia

Ir a la página de la izquierda y marcar la zona afectada en la tabla cuadriculada. Anotar el o los cuadrados afectados con letras y con cifras como en una guerra de barcos.

Pictograma hombre o mujer correspondiente a los síntomas específicos de cada uno de los sexos.

438

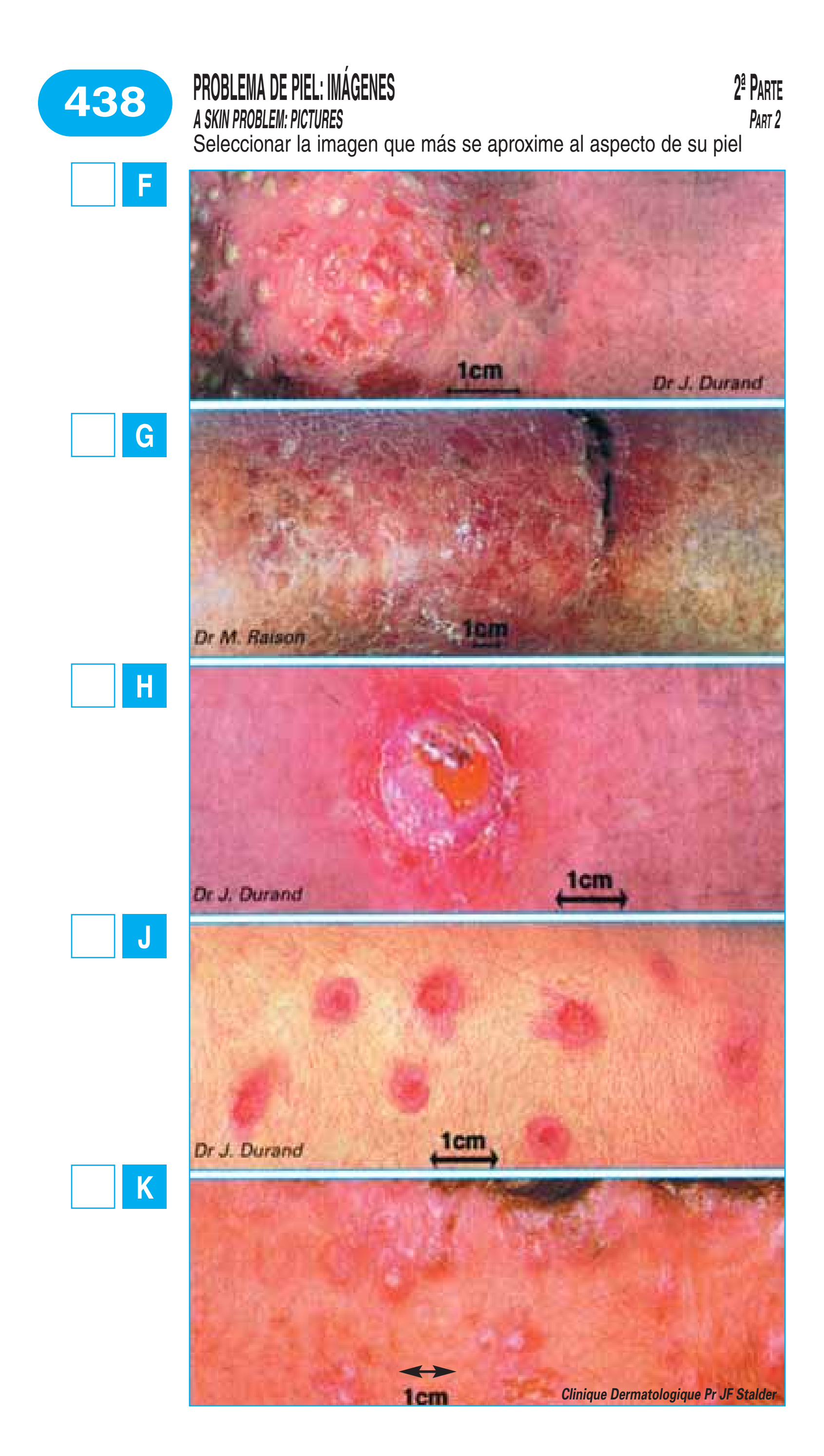
PROBLEMA DE PIEL: IMÁGENES — **1ª PARTE**

A SKIN PROBLEM: PICTURES — *PART 1*

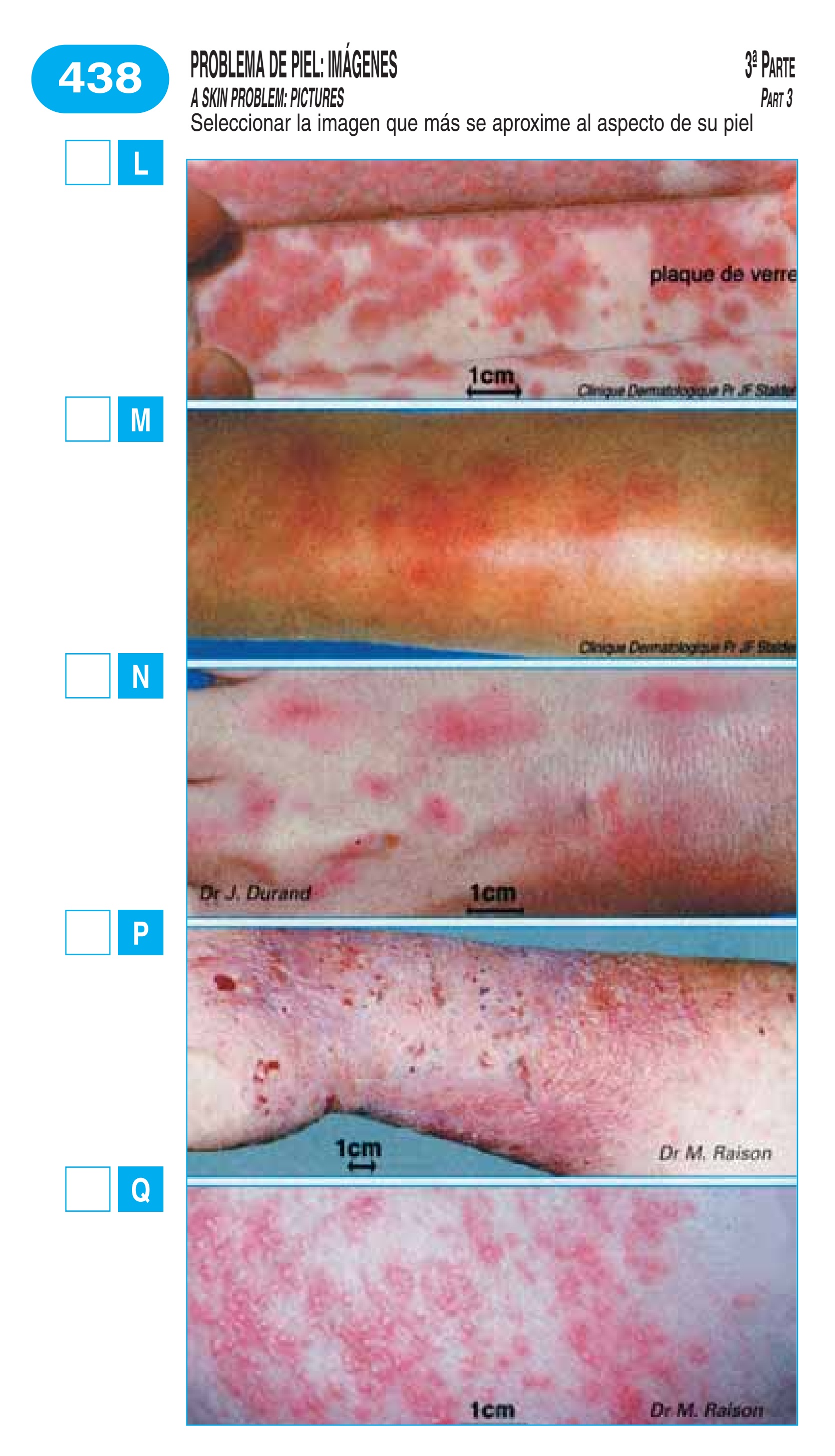
Seleccionar la imagen que más se aproxime al aspecto de su piel



Seleccionar la imagen que más se aproxime al aspecto de su piel



Seleccionar la imagen que más se aproxime al aspecto de su piel



PROBLEMA DE PIEL: IMÁGENES

A SKIN PROBLEM: PICTURES

Seleccionar la imagen que más se aproxime al aspecto de su piel

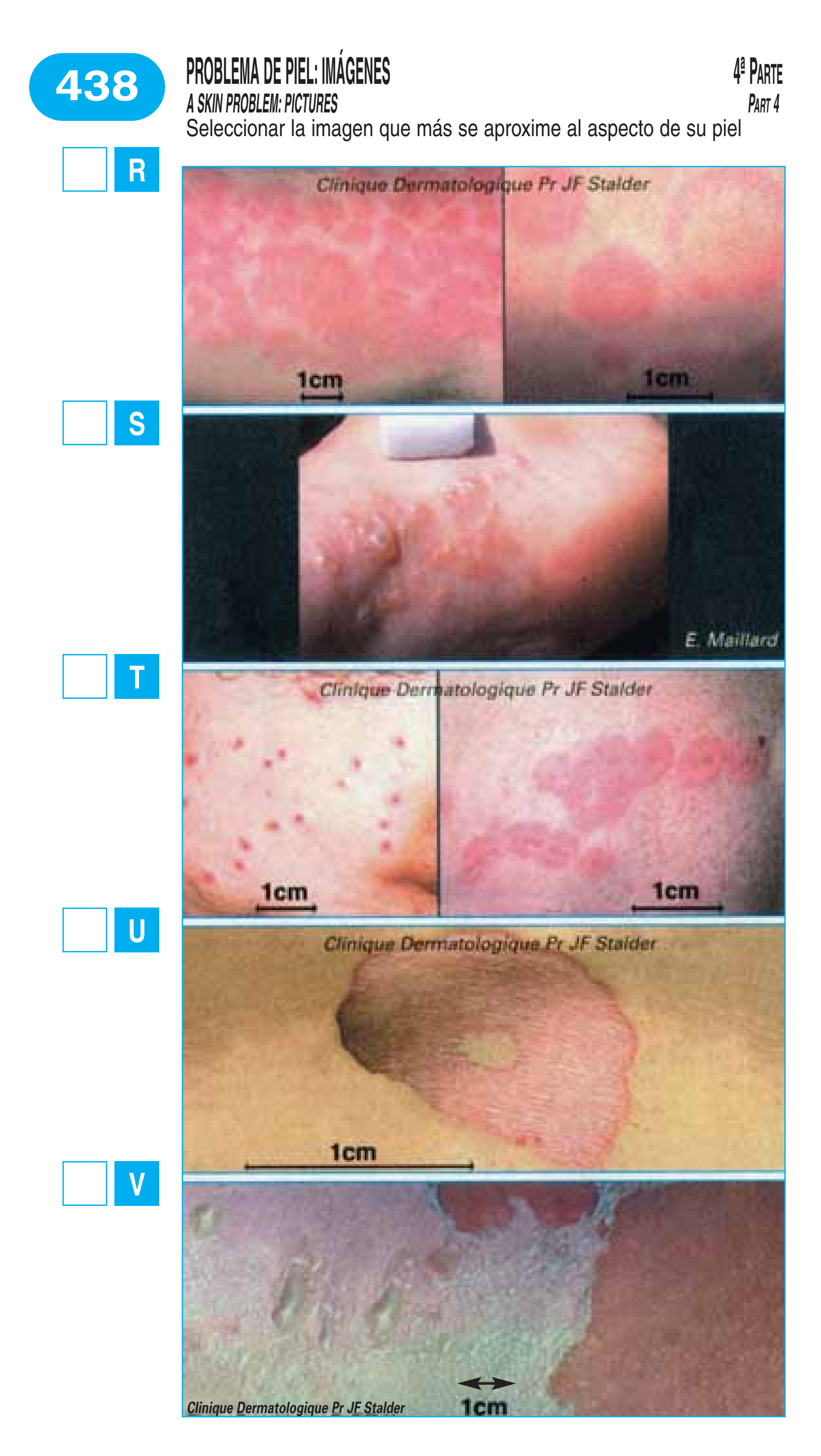
☐ R

☐ S

☐ T

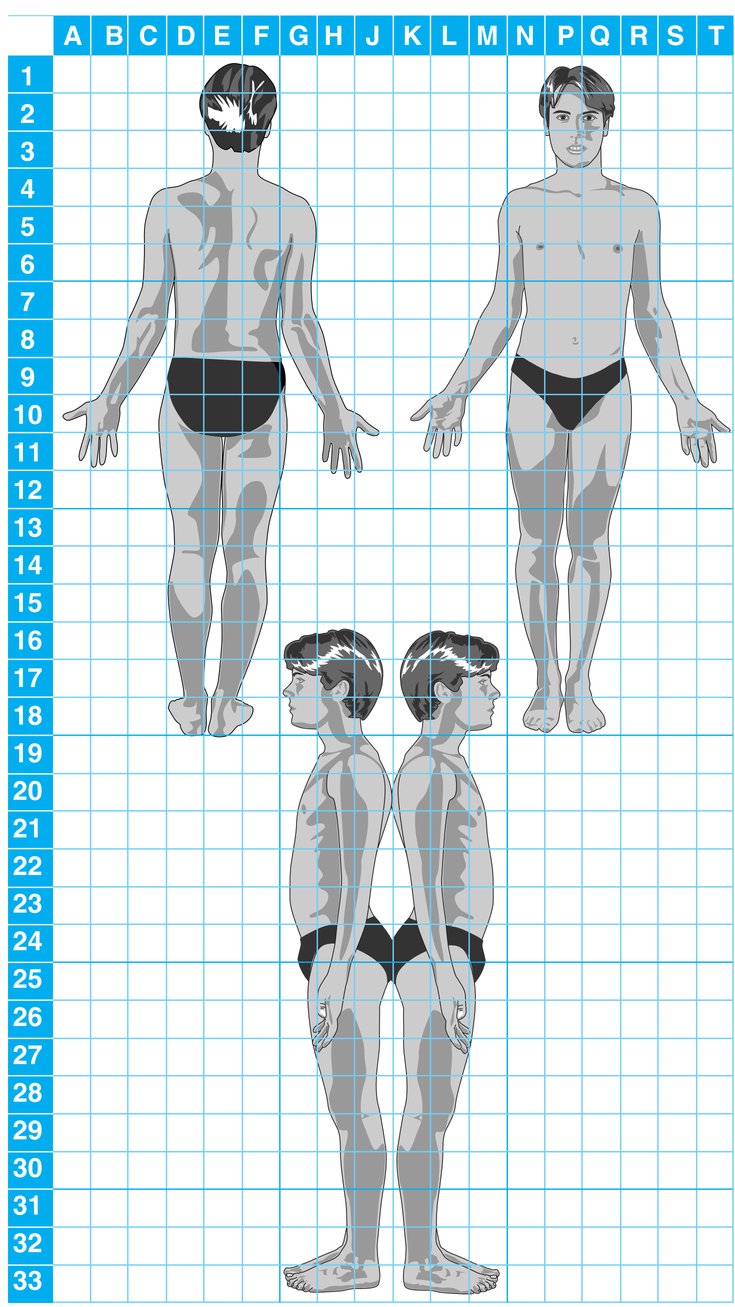
☐ U

☐ V





2ª PARTE
PART 2



TEXTO

Fig. = figura pág. I
Mv. = mov. pág. I

-> N° síntoma compl. a leer

441 MI PIEL ES ANORMAL — 2ª PARTE

MY SKIN IS NOT NORMAL — PART 2

		Localización: *Location:*	
A	solamente una zona está afectada *only one area is affected*	¿Dónde en la fig.? *Where on Sch?*	....
B	varias zonas están afectadas *several areas are affected*	¿Dónde en la fig.? *Where on Sch?*	....
	El líquido que sale es: *Liquid is running out, it is:*		
C	fluido *runny*		
D	espeso *thick*		
E	transparente *transparent*		
F	amarillento *yellowish*		
G	amarillo-rojizo, parece pus *yellowish-red, it looks like pus*		
	Sensaciones a nivel de la zona anormal. La piel: *Sensations at the abnormal area. The skin:*		
H	pica *is itchy*		
J	quema como por quemadura solar *burns like sunburn*		
K	es dolorosa *is painful*		
L	es poco sensible o insensible al tacto *is almost numb or numb when touched*	¿Dónde en la fig.? *Where on Sch?*	....
	Sufro sangrados a nivel de: *I am bleeding:*		
M	las encías *from the gums*		
N	la nariz *from my nose*		
	Otros signos: *Other signs:*		
P	tengo ganas de vomitar, he vomitado *I feel like being sick, I am sick*		-> 368
Q	tengo diarrea *I have diarrhoea*		-> 400
R	he tomado mi temperatura *I have taken my temperature*		-> 800
S	he tomado medicamentos *I have taken medication*	¿Tipo y cantidad? *Type and quantity?*	....
T	otras personas presentan los mismos signos *other people show the same symptoms*		
U	pierdo sangre pero no me toca la regla *I am losing blood but it is not the time for my period*		

ÍNDICE DE CONTENIDOS

TEXTO

Fig. = figura pág. I
Mv. = mov. pág. I

-> N° síntoma compl. a leer

364 TENGO VÉRTIGOS
I FEEL DIZZY

1ª PARTE
PART 1

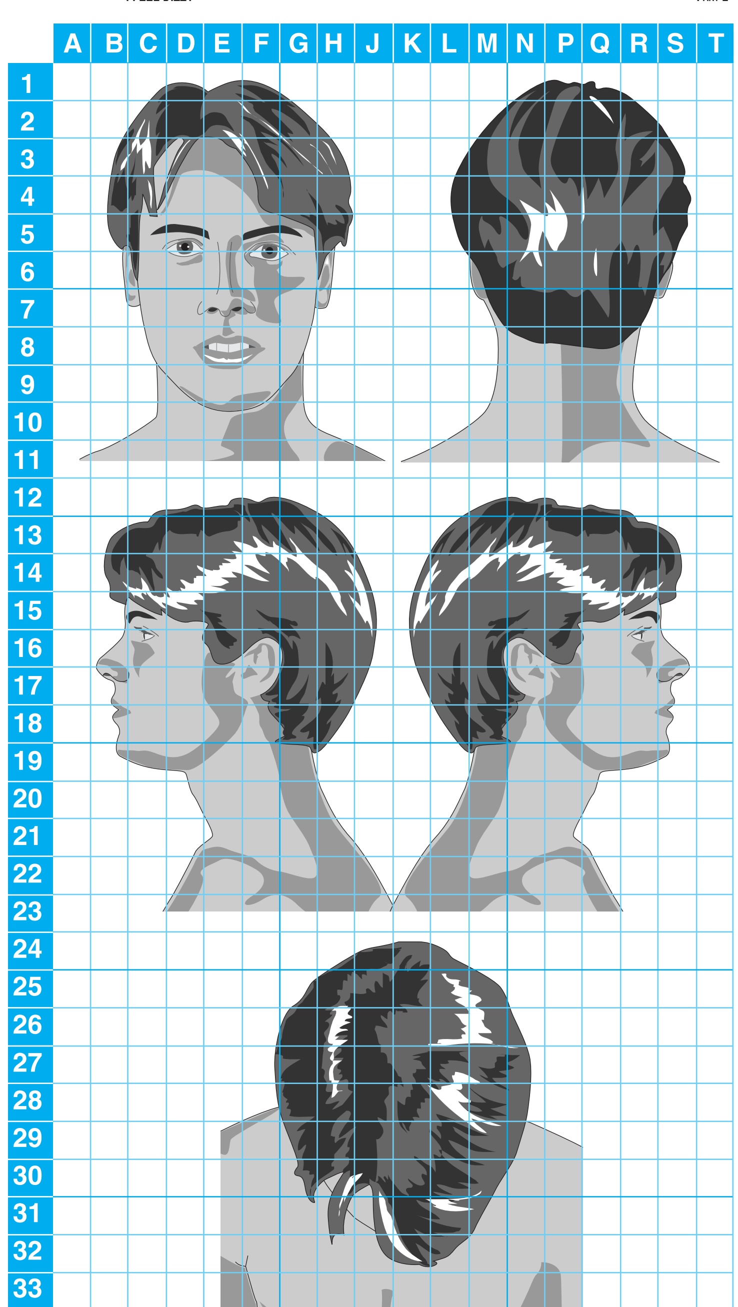
	Circunstancias de aparición. Han aparecido: *Circumstances in which it began. The dizziness appeared:*	
A	súbitamente *suddenly*	
B	progresivamente *gradually*	
C	después de un esfuerzo *after a physical effort*	
D	después de un golpe en la cabeza *after knocking my head*	-> 502
E	sin causa aparente *for no apparent reason*	
	Desencadenantes. Los vértigos aumentan o disminuyen: *Trigger. The dizziness appears or increases:*	
F	según la posición del cuerpo *depending on the position of the body*	
G	con ciertos movimientos del cuerpo *depending on certain movements of the body*	
H	según la posición de la cabeza *depending on the position of the head*	
J	con ciertos movimientos de la cabeza *depending on certain movements of the head*	
	Descripción de la sensación. Tengo la sensación de que: *Description of what it feels like. I feel as though:*	
K	todo gira a mi alrededor *everything is spinning around me*	
L	me siento inestable, creo que me voy a caer *I am unsteady, I think I might fall*	
	Intensidad de la sensación: *Intensity of the feeling:*	
M	es soportable *it's bearable*	
N	es insoportable, no me tengo en pie *it's unbearable, I can't stand up*	
	Los vértigos persisten: *The dizziness is going on*	
P	cerrando los ojos *with eyes shut*	
Q	estando acostado *lying down*	
	Inicio. Los vértigos han comenzado hace: *Beginning. The dizziness began:*	
R	algunas decenas de minutos *more than ten minutes ago*	
S	varias horas *several hours ago*	

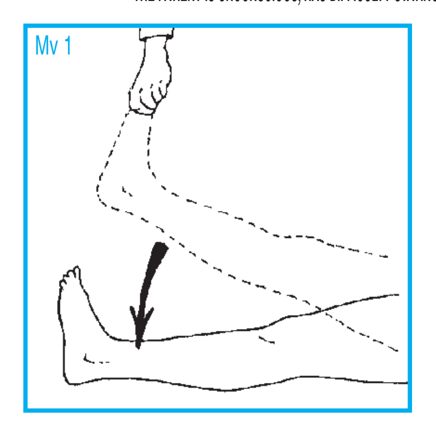
(cont. N° 365)
(continued at N° 365)



TENGO VÉRTIGOS
I FEEL DIZZY

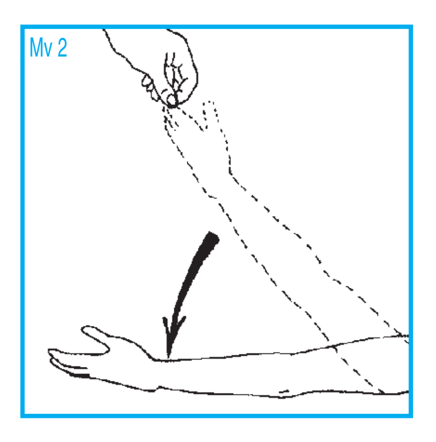
2ª PARTE
PART 2





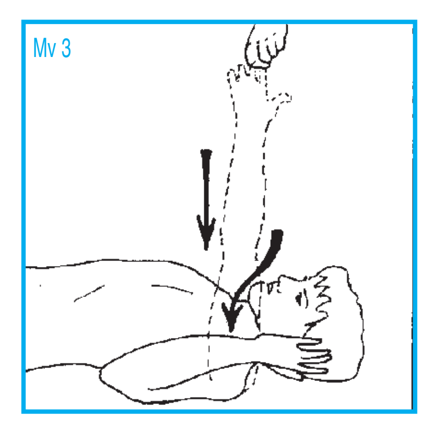
Una pierna está fláccida,
al soltarla cae más rápido.

*One leg is more limp,
when lifted it falls faster.*



Un brazo está fláccido,
al soltarlo cae más rápido.

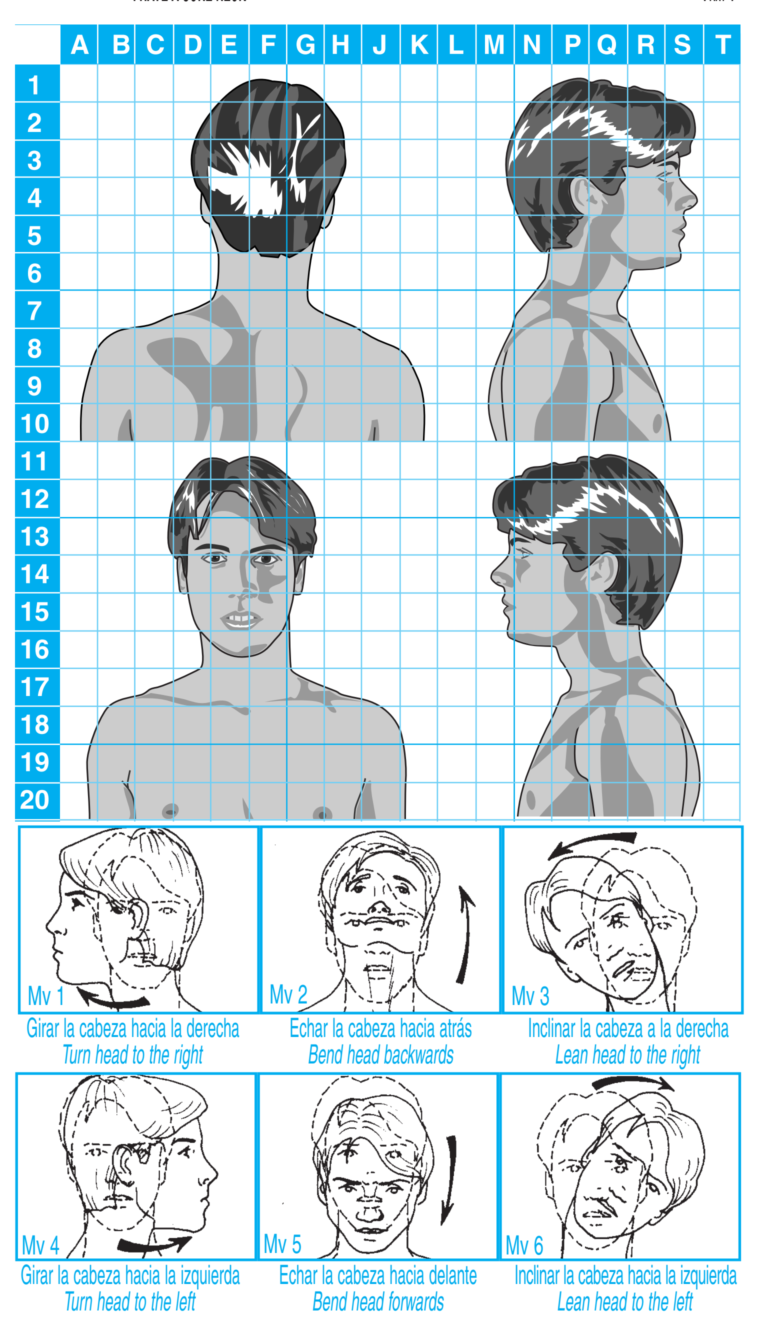
*One arm is more limp,
when lifted it falls faster.*



Levantado por encima de la cabeza,
el brazo al caer evita la cara.

*When lifted above the face and dropped,
the arm avoids it.*

ÍNDICE DE CONTENIDOS



Mv 1: Girar la cabeza hacia la derecha
Turn head to the right

Mv 2: Echar la cabeza hacia atrás
Bend head backwards

Mv 3: Inclinar la cabeza a la derecha
Lean head to the right

Mv 4: Girar la cabeza hacia la izquierda
Turn head to the left

Mv 5: Echar la cabeza hacia delante
Bend head forwards

Mv 6: Inclinar la cabeza hacia la izquierda
Lean head to the left

TEXTO
Fig. = figura pág. I
Mv. = mov. pág. I
-> N° síntoma compl. a leer

518 ME DUELE EL CUELLO
I HAVE A SORE NECK

1ª PARTE
PART 1

		Contestar antes el Nº 500 *Answer N°500 first*	
		Circunstancias de aparición. El dolor: *Circumstances in which it began. The pain:*	
☐	A	ha aparecido después de recibir un golpe en la cabeza *appeared after bumping my head*	-> 502
☐	B	ha aparecido cuando la cabeza ha sido bruscamente proyectada hacia atrás *appeared after my head was thrown backwards violently*	
☐	C	se ha acompañado de un ruido parecido a un crujido *occurred at the same time as a cracking noise*	
		El dolor aparece o aumenta: *The pain appears or increases:*	
☐	D	cuando muevo el hombro *when I move my shoulder*	-> 540
☐	E	cuando muevo la cabeza, ¿qué movimientos? Ver Mv1 a Mv6 *when I move my head. What movement? See Mv1 to Mv6*	....
☐	F	en reposo *when resting*	
		El dolor disminuye o desaparece: *The pain subsides or disappears:*	
☐	G	con ciertos movimientos de la cabeza Ver Mv1 a Mv6 *when I make certain head movements. See Mv1 to Mv6*	....
		Localizar el punto, zona o trayecto del dolor ¿Dónde en la fig.? *Show the painful point, area, path Where on Sch?*	....
		Quitar la ropa y comparar cada lado del cuello *Remove clothing and compare each side of the neck:*	
☐	H	está hinchado del lado doloroso *the painful side is swollen*	
☐	J	hay un hueco en el lado doloroso *the painful side is more concave*	
☐	K	hay una herida a nivel de la zona dolorosa *there is a wound at the painful area*	
		Tengo muchas dificultades y/o no puedo: *I have great difficulty trying to and/or I cannot:*	
☐	L	girar la cabeza a la derecha *turn my head to the right*	
☐	M	girar la cabeza a la izquierda *turn my head to the left*	
☐	N	echar la cabeza hacia atrás *bend my head backwards*	
☐	P	inclinar la cabeza hacia delante *bend my head forward*	
☐	Q	inclinar la cabeza hacia la derecha *lean my head to the right*	
☐	R	inclinar la cabeza hacia la izquierda *lean my head to the left*	
☐	S	mover el hombro (cont. N° 519) *move my shoulder (continued at N°519)*	-> 540

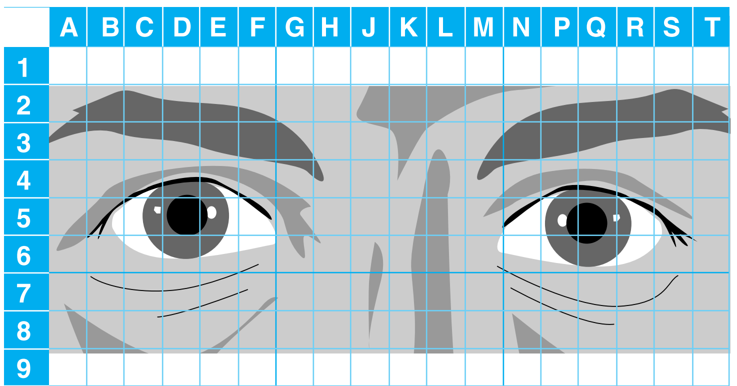
ÍNDICE DE CONTENIDOS

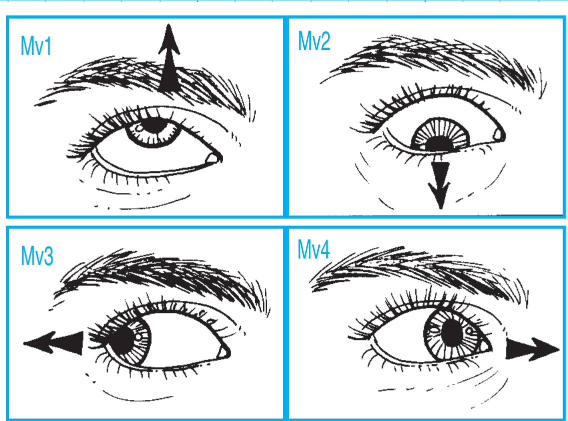

712 ME DUELE UN OJO

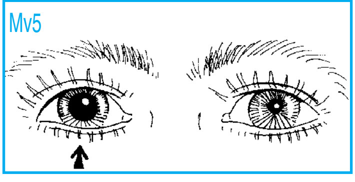
I HAVE A SORE EYE


1ª PARTE

PART 1

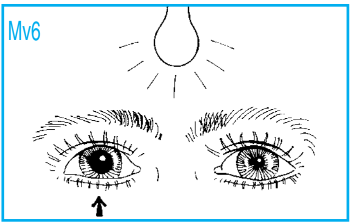






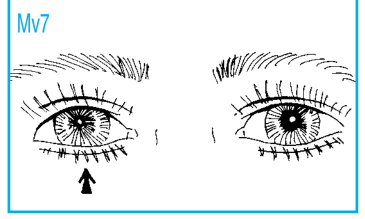
la pupila del ojo afectado del ojo es mayor que la del otro

the pupil of the affected eye is bigger than the other



la pupila del ojo afectado es mayor que la otra incluso con luz intensa

even in bright light the pupil stays dilated



la pupila del ojo afectado es menor que la del otro

the pupil is smaller on the affected side

TEXTO

Fig. = figura pág. I
Mv. = mov. pág. I

-> N° síntoma compl. a leer

712 ME DUELE UN OJO
I HAVE A SORE EYE

1ª PARTE
PART 1

Leer examen del ojo en el T 2 cap. 56 "Localización ojo: duele o molesta"
Read description of eye examination at Chapt. 1 "location, eye: it's sore/uncomfortable"

Contestar antes el Nº 700. Siempre comparar con el otro ojo
Answer N°700. Compare the symptoms with the other eye

Circunstancias de aparición. El dolor ha apareciddo:
Circumstances in which it began. The pain appeared:

A	después de un golpe en el ojo *after a knock on the eye*		
B	después de una herida en el ojo *after a wound to the eye*		
C	después de una quemadura por producto químico o líquido caliente *after a burn to the eye by a chemical product or hot liquid*		
D	después de una picadura de insecto *after a bite/sting by an insect*		
E	sin causa aparente *for no apparent reason*		
	Desencadenantes. El dolor aparece o aumenta si: *Trigger. The pain appears or increases when:*		
F	muevo los ojos, ¿qué movimientos? *I move my eyes. What movement?*	Ver Mv1 a Mv4 *See Mv1 to Mv4*	....
G	muevo la cabeza *I move my head*		-> 502
H	miro una luz intensa *I look at a bright light*		
J	no puedo abrir los párpados *I cannot open my eyelid*		
	Localizar el punto, zona o trayecto del dolor *Show the painful point, area, path*	¿Dónde en la fig.? *Where on Sch?*	....
	Examen local (ver T2-cap.1-56). En el lado afecto observamos: *Local examination (see T2-ch.1-56). On the affected side:*		
K	enrojecimiento de una parte del ojo *a part of my eye is red*		-> 340
L	un velo grisáceo sobre una parte del ojo *there is a greyish film over part of my eye*		-> 340
M	sangre en una zona del blanco del ojo *there is blood in part of the white of my eye*		-> 340
N	sangre en el blanco del ojo, en todo el globo *there is blood in the whole of the white of my eye*		
P	puntos y/o manchas negros en la superficie del ojo *there are black spots/marks over the surface of my eye*		
Q	una irregularidad en la superficie del ojo *the surface of the eye is irregular*	¿Dónde en la fig.? *Where on Sch?*	....
R	la pupila del ojo afectado es mayor que la del otro *the pupil of the affected eye is bigger than the other*	Ver Mv5 *See Mv5*	
S	la pupila del ojo afectado es mayor que la otra incluso con luz intensa *even in bright light the pupil stays dilated*	Ver Mv6 *See Mv6*	
T	la pupila del ojo afectado es menor que la del otro *the pupil is smaller on the affected side*	Ver Mv7 *See Mv7*	

ÍNDICE DE CONTENIDOS



800 HE TOMADO MI TEMPERATURA
I HAVE TAKEN MY TEMPERATURE

	Z	Y	X	W	V	U	F	
8								Superior a 40,5°C (104,9°F) *Highter than 40,5°C (104,9°F)*
7					X			Entre 39,5°C y 40,5°C (103,1°F y 104,9°F) *Between 39,5°C and 40,5°C (103,1°F et 104,9°F)*
6						X	X	Entre 38,5°C y 39,5°C (101,4°F y 103,1°F) *Between 38,5°C and 39,5°C (101,4°F et 103,1°F)*
5			X					Entre 37,5°C y 38,5°C (99,5°F y 101,4°F) *Between 37,5°C and 38,5°C (99,5°F et 101,4°F)*
4								Entre 36,5°C y 37,5°C (97,9°F y 99,5°F) *Between 36,5°C and 37,5°C (97,9°F et 99,5°F)*
3	X							Entre 35,5°C y 36,5°C (95,9°F y 97,5°F) *Between 35,5°C and 36,5°C (95,9°F et 97,9°F)*
2								Entre 33°C y 35,5°C (91,4°F y 95,9°F) *Between 33°C and 35,5°C (91,4°F et 95,9°F)*
1								Inferior a 33°C (91,4°F) *Less than 33°C (91,4°F)*
	48 horas antes *48 hours before*	Entre 36 y 48 horas antes *Between 36 and 48 hours before*	Entre 24 y 36 horas antes *Between 24 and 36 hours before*	Entre 12 y 24 horas antes *Between 12 and 24 hours before*	12 horas antes *12 hours before*	Unas horas antes *A few hours before*	Momento actual *Now*	

TRANSMISIÓN DE LOS VALORES REGISTRADOS

Ejemplo

- Si solamente toma actual: F6
- Si se han realizado tomas sucesivas hasta la toma actual: U6, V7, X5, Z3

TRANSMISSION OF MEASUREMENTS MADE

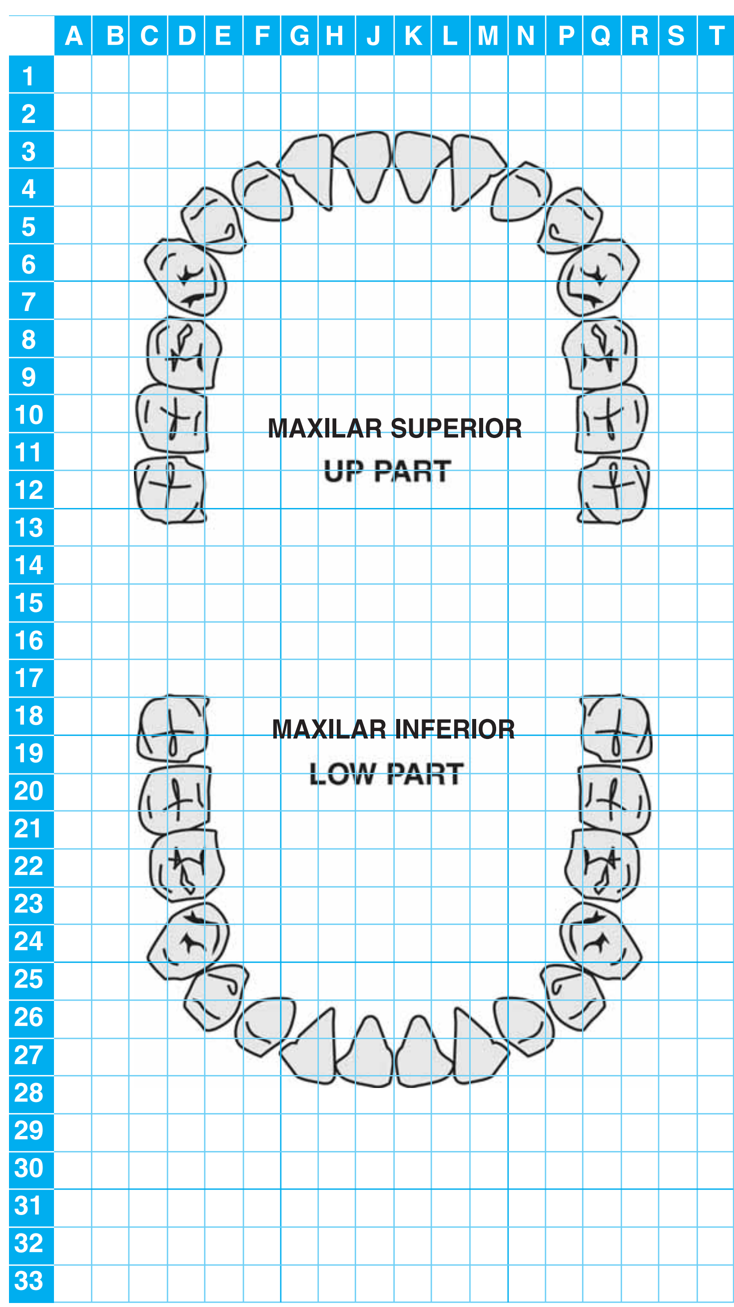
Example

- *If taken now only: F6*
- *If several measurements made until now: U6, V7, X5, Z3*

ÍNDICE DE CONTENIDOS

ADVERTENCIA

Es importante que usted le proporcione a su médico, durante la consulta, la información relativa a posibles enfermedades que haya sufrido en el pasado. Estas informaciones pueden ser muy útiles en la elaboración del diagnóstico, al mismo tiempo que pueden permitirle a su médico elegir el tratamiento que mejor se adapte a su caso.


A
B
C
D
E
F
G
H
J
K
L
M
N
P
Q
R
S
T
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
MAXILAR SUPERIOR
UP PART
MAXILAR INFERIOR
LOW PART

EN EL MAR, ¿A QUIÉN Y CÓMO LLAMAR? CONT.

☐	**D**	El paciente pierde el conocimiento poco a poco *The patient is slowly loosing consciousness*
☐	**E**	El paciente se siente cada vez peor *The patient is more and more unwell*
☐	**F**	El paciente tiene serios problemas para respirar *The patient has difficulty breathing*
☐	**G**	El paciente sufre una hemorragia imparable *The patient has haemorrhage which is impossible to stop*
☐	**H**	El paciente ha sufrido una quemadura de gran superficie *The patient is burnt over a large part of his body*
☐	**J**	El paciente se ha ahogado *The patient is drowned*
☐	**K**	El paciente se ha electrocutado, ha sido fulminado por un rayo *The patient is electrocuted himself*
☐	**L**	El paciente se ha asfixiado *The patient has been asphyxiated*
☐	**M**	El paciente se ha envenenado *The victim has poisoned himself*
☐	**N**	El paciente ha tomado drogas /alcohol *The patient has taken drugs / alcohol*
☐	**P**	El paciente está muy agitado, no se puede controlar *The patient is very agitated, it is impossible to control him*
☐	**Q**	El paciente está inconsciente y tiene convulsiones *The victim is inconscious and having convulsions*
☐	**R**	El paciente presenta un dolor insoportable en el pecho *The patient is suffering undearable pain in the chest*
☐	**S**	El paciente sufre mucho *The victim is in a lot of pain*
☐	**T**	El paciente ha sido agredido, está herido *The victim has been attacked, is wounded*
☐	**U**	El paciente ha recibido un golpe violento en la cabeza *The victim has received a violent knock on the head*
☐	**V**	El paciente ha sufrido una choque violento, probablemente tenga fracturas *The patient has received a violent knock and has probable fractures*
☐	**W**	El paciente tiene una herida en el ojo *The victim has an eye wound*
☐	**X**	No se puede acceder a la víctima para curarla *It is impossible to reach the victim to treat him*
☐	**Y**	No se puede liberar a la víctima del lugar en el que se encuentra *It is not possible to free the victim from where he is trapped*
☐	**Z**	Hay diversas víctimas *There are several victims*

Si es posible, utilizar el sistema de codificación para transmitir (ej. 3/3 R, S).

b – Si el estado del paciente permite completar las informaciones transmitidas al médico, dirigirse al Capítulo 2.

-> transmitir utilizando la traducción asociada si es necesario.

- Si el canal 16 está bloqueado puede llamar por el canal local alternativo indicado por su interlocutor.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

CAPÍTULO 1. PREVENCIÓN

N° de trastorno ↓	Título ↓	Página ↓

CAPÍTULO 2. RECOPILACIÓN DE SÍNTOMAS

N° de trastorno	Título	Página

Nº de trastorno	Título	Página

N° de trastorno	Título	Página